

Protéjase y proteja a su familia de COVID-19

Vacúnese y póngase el refuerzo, es seguro, eficaz y gratis

[Todas las vacunas contra COVID-19, actualmente disponibles en California](#), son seguras y eficaces para prevenir enfermedades graves debido a COVID-19. Vacunarse lo protegerá a usted y a sus seres queridos. Todos los californianos mayores de 5 años deben vacunarse. Aquellos que son elegibles, deben ponerse el refuerzo. Para vacunarse o ponerse el refuerzo, visite [MyTurn](#).



Use una mascarilla cuando sea necesario y recomendado (use una buena).

California recomienda firmemente que todos, independientemente de su estado de vacunación, usen una mascarilla en todos los lugares públicos cerrados (como el supermercado). Elija siempre una buena mascarilla, las mejores son las KN95, KF94 o N95, que le quede bien, o una quirúrgica con una de tela encima también es una buena opción. California también requiere el uso universal de mascarillas en algunos sitios, como en el transporte público, hospitales y refugios. Tenga en cuenta que las áreas locales pueden tener reglas más estrictas que el estado. Lea nuestra [guía completa del uso de mascarillas](#).



Quédese en casa y hágase la prueba si está enfermo

Quédese en casa si se siente enfermo y hágase la prueba si tiene [síntomas](#) de COVID-19, aún si está vacunado y se ha puesto el refuerzo. Lea nuestra [guía sobre las pruebas](#).



Ventile espacios interiores

La buena ventilación interior reduce el riesgo de COVID-19. Mantenga las ventanas y puertas abiertas cuando sea posible, prenda los sistemas de aire acondicionado y calefacción y use purificadores de aire portátiles. Lea nuestra [hoja informativa sobre ventilación](#).



Siga las pautas de viaje de salud pública

Siga las pautas de viaje estatales y locales. Todos los viajeros que lleguen o regresen a California, desde otros estados o países, deben hacerse la prueba de COVID-19 dentro de 3 a 5 días de su llegada. Esto se aplica a todos, independientemente de su estado de vacunación. Lea nuestro [aviso de viaje](#).



Regístrese en CA Notify

Si tiene un teléfono inteligente, regístrese en CA Notify, la herramienta de notificación de exposición de California. Si ha estado expuesto a COVID-19, recibirá una alerta e información adicional sobre las pruebas y los siguientes pasos que debe tomar. Regístrese en [CA Notify](#).



Escanea el código QR para ver los enlaces interactivos en este folleto.

